Perpustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Kepolisian (STIK) >> Buku

Free from stress : panduan untuk mengatasi kecemasan

Wayne Froggatt

Deskripsi Lengkap: https://library.stik-ptik.ac.id/abstrakpdfdetail.jsp?id=37708&lokasi=lokal

---

Abstrak

Kecemasan merupakan sisi normal dari kehidupan setiap orang, tetapi kadang-kadang hal itu menjadi tak terkendali. Ketika hal itu menjadi masalah, anda perlu mengetahui cara mengatasinya.